International Journal of Advanced Engineering Research and Science (IJAERS)
Peer-Reviewed Journal
ISSN: 2349-6495(P) | 2456-1908(O)
Vol-9, Issue-4; Apr, 2022
Journal Home Page Available: https://ijaers.com/
Article DOI: https://dx.doi.org/10.22161/ijaers.94.28



Differential Manifestations of Resilience in Brazilian University Professors in the Health Area

Maria Regina Teixeira Ferreira Capelo[1*], Christina César Praça Brasil[2], António José de Olim Marote Quintal[3], Noémi Serrano-Díaz[4], Raimunda Magalhães Silva[5], Elci Alcione Almeida Santos[6], Mirna Albuquerque Frota[7]

[1]CLEPUL, Polo of University of Madeira, Portugal
Email: m.regina.capelo@gmail.com
[2]University of Fortaleza, Ceará, Brasil
[3]University of Madeira, Portugal
[4]University of Cádiz, Spain
[5]University of Fortaleza, Ceará, Brasil
[6]University of Madeira, Portugal
[7]University of Fortaleza, Ceará, Brasil
*Corresponding author

Received: 19 Mar 2022,

Received in revised form: 17 Apr 2022,

Accepted: 22 Apr 2022,

Available online: 30 Apr 2022

***Keywords*— differential manifestations of resilience, dimensions of resilience, resilience, university teachers**

***Abstract*— Human resilience can be understood as resilience, positive adaptation and overcoming hostile, adverse and/or traumatic situations. This competence is increasingly required of university teachers who are faced with challenges of great magnitude in the workplace. The present study seeks to assess differential manifestations of the resilience of Brazilian university professors. 189 university professors from a private health university in Ceará, Brazil, who answered the Wagnild and Young resilience questionnaire, participated in this research. Results indicate gender differences in assessing self-esteem and personal competence in favor of women; differences in age and seniority indicate that teachers aged fifty-six and over and with eleven or more years of teaching service have higher levels of self-esteem and acceptance of life than younger professors and less experienced; differences in training favor postdoctoral teachers. The results are relevant to the knowledge of this professional group and may contribute to the design of a future cognitive and behavioral training program aimed at promoting resilience in university teachers.*

I. INTRODUÇÃO

A universidade como instituição geradora de conhecimento e formadora de profissionais com elevadas competências e independência cognitiva, necessita de um corpo docente capaz de lidar com os potenciais fatores de stresse criados pela macro globalização, que põem em risco a saúde mental e a qualidade de vida laboral dos indivíduos (Favero & Marques, 2017; Olivares-Faúndez & Villalta Paucar, 2015; Yang, 2017). Neste sentido, diversas pesquisas relatam que uma exposição continuada do indivíduo a fontes de stresse pode gerar adoecimento e sofrimento humano (Carloto, 2014; Carloto & Câmara, 2017; García et al., 2016; Lima Filha & Morais, 2018; Olivares-Faúndez & Villalta Paucar, 2015). Mas, apesar do stresse fazer parte da vida de todos os dias (Vaz Serra, 2011), a literatura tem salientado que este problema tende a tornar-se mais significativo quando associado ao trabalho (Gomes et al., 2006).

Num quadro laboral complexo, também se posicionam os professores universitários que, no seu quotidiano, se vêm confrontados com o surgimento de relevantes transformações de grande magnitude e diversidade, obrigados a vivenciar cada vez mais situações adversas e hostis, geradoras de stresse e mal-estar (Baptista et al., 2019; Carlotto & Câmara, 2017; García et al., 2016; Olivares-Faúndez & Villalta Paucar, 2015; Souto et al., 2018).

Essas problemáticas envolvem a carga horária e atribuições excessivas, em que o trabalho real vai além do trabalho prescrito, pouco tempo de descanso, tarefas rotineiras, pouco uso das capacidades criativas, escassa ou nenhuma autonomia e de poder de decisão, falta de comunicação e de apoio dos colegas e de superiores hierárquicos, incerteza em relação ao futuro, conflitos, demasiadas responsabilidades, insegurança no trabalho, falta de oportunidades de crescimento, de progresso ou de ascensão na carreira, más condições físicas, dificuldades de concentração e mau humor (Grotberg, 2006), denunciando que o stresse laboral, hoje, é mais premente do que aquele que viveram gerações precedentes.

Embora se possa considerar que qualquer pessoa está vulnerável ao stresse (Vaz Serra, 2011) e que experimentar demasiado stresse em períodos prolongados pode desencadear adoecimento e sofrimento humano (Carloto, 2014; Lima Filha & Morais, 2018; Pasqualotto & Löhr, 2015; Olivares-Faúndez & Villalta Paucar, 2015), também é evidente que as caraterísticas pessoais podem influenciar de forma significativa o grau em que uma pessoa pode resistir ou fazer frente aos stressores que vivencia no trabalho (Otero-López et al., 2014). Porém, a natureza desgastante da docência universitária pode ser harmonizada pela capacidade de o profissional resistir ou enfrentar as fontes de stresse que vivencia em contexto laboral (Brandão et al., 2011; Otero-López et al., 2015; Olivares-Faúndez & Villalta Paucar, 2015; Otero-López et al., 2014). Uma dessas caraterísticas é a resiliência.

O vocábulo resiliência tem vindo a ser usado, mais frequentemente, associado a múltiplos domínios e áreas do funcionamento humano. Do latim *resiliens*, resiliência significa "pular de volta", regressar a um estado anterior, saltar para trás, voltar e recuar (Brandão et al., 2011; Pinheiro, 2004), remete para a ideia de elasticidade e capacidade de recuperação.

Sintetizando, resiliência consiste na capacidade de adaptação, adaptação positiva, recuperação, resistência e superação (Martins et al., 2012), isto é, conseguir um desenvolvimento bem-sucedido apesar das circunstâncias muito adversas experienciadas (Becoña, 2006), enfatizada como o produto de um processo dinâmico entre fatores protetores e de risco ou como um mecanismo de defesa (Davydov et al., 2010; Ribeiro et al., 2011), que permite às pessoas prosperarem perante as adversidades que ocorrem na vida, tal como no contexto laboral (You-De et al., 2019).

O sentido teórico obtido leva a inferir que a promoção de uma resiliência individual e coletiva crescente pode imprimir efeitos no tratamento e na prevenção da saúde mental, devendo ser potenciada a partir da família, da escola, da universidade, da organização de trabalho e da comunidade (Becoña, 2006; Brandão et al., 2011; Davydov et al., 2010; Fiorentino, 2008; Fontaines & Urdanteta, 2009). Neste âmbito, constatando escassez de literatura, este estudo pretende procura aferir as manifestações diferenciais da resiliência de professores universitários brasileiros, a partir das suas próprias representações, em função das variáveis sociodemográficas sexo, estado civil, idade, antiguidade, horário, formação pós-graduada e religião.

II. MÉTODO

2.1. Participantes

Participaram no estudo 189 professores universitários, sendo 56 homens (29,50%) e 133 mulheres (70,40%), dos quais, 43 (22,60%) solteiros(as) ou com companheiro(a) e 145 (76,30%) casados (as) ou com companheiro(a). A média de idade é de 44,75 (DP = 9,94) e situa-se entre os 27 e os 77 anos. Destes, 31 com idade igual ou inferior a 35 anos (16,40%), 75 com idades compreendidas entre os 36 e 45 anos (39,70%), 55 no escalão 46 e 55 anos (29,10%) e 28 com idade igual ou superior a 55 anos (14,80%). Quanto ao nível de formação verifica-se que 4 (2,1%) são especialistas, 95 (50,30%) mestres, 68 (36%), doutor, 22 (11,60) pós-doutores. Foram agregados na mesma categoria os especialistas e mestres, o que perfaz o número de 99 (52,40%) docentes. Noventa e um docentes (50%) indicam tempo de serviço igual ou menor de 10 anos, 48 com tempo de serviço no intervalo compreendido entre 11 e 20 anos (23,60%) e 43 com mais de vinte e um anos de serviço (23,60%) e 8 não assinalaram este item (4,20%). A grande maioria (72,40%) refere professar a religião católica (123), 18 (10,60%) espíritas, 21 (12,40) outras religiões (por exemplo, evangelho de cristo, batista, evangélica) e 8 (4,70%) agnósticos ou ateus. Como critério de inclusão foi considerado ser professor universitário de cursos de graduação na área da saúde. A amostra representativa conta com 36% de professores universitário de um universo de 530 (Peduzzi et al., 1996) que lecionam numa universidade privada do Ceará, Brasil.

2.2. Instrumento

Os participantes responderam a um questionário de dados sociodemográficos e profissionais construído para o efeito e à escala de resiliência de Wagnild e Young (1993). A escala de resiliência é um instrumento multidimensional, projetado para medir o grau de cada dimensão da resiliência, constituída por 25 itens, mensurados numa escala de *Likert* compreendida entre 1 (discordo totalmente) e 7 (concordo totalmente). A análise fatorial obtida por Taranu (2011) usada no presente estudo, avalia o nível de resiliência individual nas dimensões "valorização de si próprio", "competência pessoal" e "aceitação da vida" como caraterísticas positivas da personalidade que contribuem para a adaptação do individuo perante eventos adversos do quotidiano. A pontuação total varia entre 25 e 175 pontos, sendo os valores altos indicadores de elevada resiliência.

2.3. Procedimento

O estudo descritivo, transversal e inferencial realizou-se após aprovação do Comité de Ética (2.988.258) e assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido dos participantes. Dos 300 questionários distribuídos resultou uma amostra final de 189 questionários válidos, constituindo uma taxa de participação de cerca de 63%. Os dados recolhidos foram processados no programa informático *SPSS – Statistical Package for Social Science*, versão 20.0. Procedeu-se à análise exploratória de dados para se poder decidir, com segurança, a que tipo de testes estatísticos – paramétricos *versus* não paramétricos – se deveria recorrer (Martins, 2011) e tentar alcançar respostas para o objetivo de investigação pré-definido. A normalidade da distribuição foi testada a partir da prova de *Kolmogorov-Smirnov* e *Shapiro-Wilk*, com correção de significância *Liliefors* para um nível de significância convencional ($p < 0,05$). Indicações relativas à normalidade das variâncias foram encontradas na dimensão "valorização de si próprio" (*Kolmogorov-Smirnov*, $p = 0,012$; *Shapiro-Wilk*, $p = 0,000$), na dimensão "competência pessoal" (*Kolmogorov-Smirnov*, $p = 0,000$; *Shapiro-Wilk*, $p = 0,000$), na dimensão "aceitação da vida" (*Kolmogorov-Smirnov*, $p = 0,011$; *Shapiro-Wilk*, $p = 0,116$) e na dimensão "score total" (*Kolmogorov-Smirnov*, $p = 0,047$; *Shapiro-Wilk*, $p = 0,012$). A análise exploratória de dados apontou resultados estatisticamente significativos e outros não significativos e por opção considerou-se estarem cumpridos os pressupostos subjacentes à utilização de testes paramétricos (Martins, 2011). Estimou-se a fiabilidade em cada uma das dimensões da escala de resiliência através do coeficiente de consistência interna *alpha* de *Cronbach*. Os índices de confiabilidade da escala, na presente amostra, foram $\alpha = 0,731$ para o *score* total, $\alpha = 0,696$ para a valorização de si próprio, $\alpha = 0,822$ para a competência pessoal e $\alpha = 0,828$ para a aceitação da vida. A proporção de variabilidade nas respostas que resulta de diferenças nos inquiridos varia entre o fraco e o bom, sendo por isso, a sua fiabilidade admissível (Pestana & Gageiro, 2005). No tratamento estatístico dos dados assumiu-se um a*lpha* = 0,05 como valor crítico de significância dos resultados dos testes.

Tendo em consideração o objetivo do estudo, a análise dos dados versou sobre a utilização dos testes de diferenças. Usou-se o *Test T* de *Student*, *design* inter-sujeitos, com correção de *Levene*, para comparação de dois grupos independentes e a análise de variância (*ANOVA) Unifatorial (One-Way Analysis of Variance, F)*, design inter-sujeitos, para três ou mais grupos independentes e teste Post Hoc de Tukey (Hill e Hill, 2008; Martins, 2011; Pestana & Gageiro, 2005) porque os resultados permitem fazer inferências.

Em todas as fases do processo de investigação foram adotados de modo rigoroso os procedimentos éticos na pesquisa com seres humanos, a referenciação da forma mais correta possível, a colaboração graciosa e voluntária, garantindo o anonimato e a confidencialidade dos dados obtidos.

III. RESULTADOS

Os resultados diferenciais que se apresenta reportam, apenas, àqueles que se revelaram estatisticamente significativos ($p < 0,05$).

A diferenciação, a partir do *Test T* de *Student*, em função do sexo, indicou que as mulheres relatam níveis mais elevados do que os homens nas dimensões "valorização de si próprio" [$t(187) = -2,40$, $p = 0,017$] e "competência pessoal" [$t(187) = -2,27$, $p = 0,024$] (Tabela 1). Há grande discrepância entre o número de homens e mulheres participantes, pelo que se pressupõe que numa população mais homogénea os resultados poderiam ser diferentes.

Table.1: Distribuição da resiliência de professores universitários em função do sexo

Dimensões	Sexo	N	M	*DP*	*t*	*df*	*p*
Valorização de si próprio	Masculino	56	77,03	7,15	-2,407	187	0,017
	Feminino	133	**79,74**	7,02			
Competência pessoal	Masculino	56	35,64	3,82	-2,272	187	0,024
	Feminino	133	**36,95**	3,54			

Fonte: elaboração dos autores.

Os resultados diferenciais em função de ser casado(a) / com companheiro(a) ou solteiro(a) / sem companheiro(a) não sugerem diferenças estatisticamente significativas relativamente às dimensões da escala - valorização de si próprio - [$t(186) = 0,451$, $p = 0,653$],

competência pessoal - [t(186) = -0,280, p = 0,780] e aceitação da vida - [t(186) = 1,781, p = 0,077].

A diferenciação em função da idade, a partir da prova *ANOVA*, mostra que há diferenças significativas ao nível da "valorização de si próprio" [F(3,189 – 4 = 4,102] (Tabela 2).

Table.2: Distribuição da resiliência de professores universitários em função da idade

Dimensões	Idade	N	M	*DP*	*P*	*df*	*F*	*ANOVA Sig*
Valorização de si próprio	≤ 35	31	76,19	7,53	0,015	3	4,102	0,008
	≥ 56	28	**81,71**	5,52				
Aceitação da vida	≤ 35	31	24,90	4,14	0,001	3	6,369	0,000
	≥ 56	28	**29,68**	4,54				
	≥ 56	28	**29,68**	4,54	0,003	3		
	36-45	75	27,43	5,44				

Fonte: Elaboração dos autores.

O teste *Post-Hoc* de *Tukey* revelou que os professores universitários mais velhos, isto é, com idade igual ou superior a 56 anos relatam maior valorização de si próprios do que os professores mais jovens, com idade igual ou menor do que 35 anos (p = 0,015). Há diferenças significativas ao nível da perceção da "aceitação da vida", [F(3,189 – 4 = 6,369], sendo os professores universitários mais velhos, com idade igual ou superior a 56 anos a relatar maior "aceitação da vida" do que os professores os universitários com idade igual ou menor do que 35 anos (p = 0,001) e do que os que se encontram no escalão etário entre 36 e 45 anos (p = 0,003).

As provas não revelaram diferenças estatisticamente significativas em função do horário de trabalho dos professores universitários, nas três dimensões da escala, nomeadamente, valorização de si próprio, [F(3,188 – 4 = 2,661; p = 0,050], competência pessoal, [F(3,188 – 4 = 0,759; p = 0,518] e aceitação da vida, [F(3,188 – 4 = 1,278; p = 0,283].

Table.3: Distribuição da resiliência de professores universitários em função da antiguidade

Dimensões	Anos	N	M	DP	*p*	*df*	*F*	*ANOVA Sig.*
Valorização de si próprio	≤ 10	91	76,81	7,06	0,001	2	8,745	0,000
	11-20	48	**81,50**	5,83				
	≤ 10	91	76,81	7,06	0,010			
	≥ 21	43	**80,60**	7,80				
Competência pessoal	≤ 10	91	35,89	3,58	0,012	2	4,213	0,016
	11-20	48	**37,77**	3,46				
Aceitação da vida	≤ 10	91	138,35	11,72	0,026	2	4,506	0,012
	≥ 21	43	**145,19**	15,27				

Fonte: Elaboração dos autores.

Em função da antiguidade, os resultados estatísticos sugerem diferenças significativas na dimensão "valorização de si próprio", [F(2,189 – 3 = 8,745], sendo os professores universitários com mais tempo de serviço, ou seja, no escalão etário compreendido entre os 11 e os 20 anos (p = 0,001) e com 21 anos ou mais de antiguidade docente (p = 0,010), a pontuarem mais alto do que os apresentam professores com 10 anos ou menos de experiência docente (Tabela 3).

Há diferenças significativas na dimensão "competência pessoal", [F(2,189 – 3 = 4,213] com o teste *Post Hoc* de *Tukey* a indicar que os professores universitários com idades compreendidas entre os 11 e os 20 anos relatam maior "competência pessoal" do que os menos experientes (p = 0,026). Relativamente à "aceitação da vida", [F(2,189 – 3 = 4,213], nota-se que os professores com 10 ou menos anos de experiência docente apresentam níveis de "aceitação da vida" mais baixos do que o grupo etário entre os 11 e 20 anos (p = 0,001) e o grupo com 21 ou mais anos de antiguidade docente (p = 0,011).

A análise de variância revela diferenciação estatisticamente significativa na resiliência em função da formação académica dos professores universitários (Tabela 4). Na dimensão "valorização de si próprio", [F(2,189 – 3 = 5,366], observou-se que os professores universitários pós-doutorados apresentam médias mais elevadas do que os pares sem doutoramento (p = 0,008) e com doutoramento (p = 0,005). Os níveis médios da dimensão "competência pessoal", [F(2,189 – 3 = 5,111], sugerem que os professores universitários pós-doutorados percecionam uma maior competência pessoal do que os colegas sem doutoramento (p = 0,007) e com doutoramento (p = 0,009). Em relação à dimensão "aceitação da vida", [F(2,189 – 3 = 10,507], verifica-se que os professores universitários pós-doutorados percecionam uma maior aceitação da vida do que os colegas sem doutoramento (p = 0,038) e com doutoramento (p = 0,000), sendo de sublinhar que, neste domínio, os professores universitários com doutoramento relatam menor aceitação da vida do que os colegas sem doutoramento (p = 0,008) e com pós-doutoramento (p = 0,000).

Table.4: Distribuição da resiliência de professores universitários em função da formação académica

Dimensões	Nível	N	M	*DP*	*p*	*df*	*F*	*ANOVA Sig.*
Valorização de si próprio	n/Doutor	99	78,51	7,34	0,008	2	5,366	0,005
	Pos-Doc	22	**83,50**	4,4				
	Doutor	68	78,09	7,12	0,005			
	Pos-Doc	22	**83,50**	4,40				
Competência pessoal	n/Doutor	99	36,28	3,76	0,007	2	5,111	0,007
	Pos-Doc	22	**38,86**	2,47				
	Doutor	68	36,23	3,62	0,009			
	Pos-Doc	22	**38,86**	2,47				
Aceitação da vida	n/Doutor	99	**27,29**	5,08	0,008	2	10,507	0,000
	Doutor	68	25,10	4,14				
	n/Doutor	99	27,29	5,08	0,038			
	Pos-Doc	22	**29,95**	3,10				
	Doutor	68	25,10	4,14	0,000			
	Pos-Doc	22	**29,95**	3,10				

Fonte: Elaboração dos autores.

Quanto às médias das categorias da escala de resiliência em função da religião os resultados não aventam quaisquer diferenças estatisticamente

significativas: valorização de si próprio, [F(3,169 – 3 =1,206; p = 0,309], competência pessoal, [F(3,169 – 3 =1,176; p = 0,320] e aceitação da vida, [F(3,169 – 3 = 0,812; p = 0,489].

IV. DISCUSSÃO

Os resultados obtidos denunciam as manifestações diferenciais numa amostra representativa de professores universitários de uma universidade privada, no Ceará, Brasil, que leciona cursos do domínio da saúde coletiva, tendo em consideração as dimensões da escala de resiliência de Wagnild e Young (1993), adaptada para o português por Taranu (2011) – "valorização de si próprio", "aceitação da vida" e "competência pessoal" e as variáveis sócio demográficas e profissionais "sexo", "conjugalidade", "idade", "horário de trabalho", "antiguidade docente", "nível de formação académica" e "religião". Apenas foram considerados os resultados estatisticamente significativos (p < 0,05).

Uma primeira análise respeita às diferenças de sexo, tendo se verificado que as professoras apresentam níveis significativamente mais elevados nas dimensões valorização de si próprio e competência pessoal do que os professores. O estudo de Taranu (2011), por sua vez, encontrou diferença em função do sexo, na dimensão aceitação da vida. O resultado obtido parece apoiar estereótipos sociais que atribuem à mulher um autoconceito elevado, mas que não foi objeto deste estudo e, ainda, um papel mais proativo na superação dos dissabores da vida. Esta evidência leva a pressupor que a resiliência como capacidade de adaptação, resistência e superação (Martins *et al*, 2012) é uma caraterística tipicamente feminina (Fontaines & Urdanteta, 2009), crucial num mundo onde se exige cada vez mais tarefas e competências às mulheres. Este pressuposto não sugere que as professoras sejam invulneráveis perante adversidades significativas da vida, mas que recorrem a habilidades psicológicas de recuperação e a mecanismos de *coping* flexíveis para se adaptarem, resistirem, superarem dificuldades e construírem novos caminhos (Martins *et al*, 2012).

A investigação evidenciou ausência de diferenças na escala de resiliência em função da conjugalidade, isto é, viver com cônjuge ou viver só. Estudos da resiliência centrados na família (Yunes, 2003) definem as famílias resilientes como aquelas que perante catástrofes e crises não esperadas resistem às adversidades e adaptam-se positivamente às situações No entanto, o conceito de família, bem como o tipo de conjugalidade tem vindo a mudar, obrigando os indivíduos a optarem por se integrarem em novos modelos e a recorrerem a novas formas de adaptação positiva e de superação das adversidades (Carnut & Faquim, 2014).

A adaptação positiva ocorre a partir de aspetos saudáveis do indivíduo na interação com o meio, tais como o otimismo e que funcionam como mediadores do impacto gerado pelos stressores (Ribeiro *et al*, 2011; Martins *et al*, 2012; Otero-López *et al*, 2014), contudo, o fator apoio emocional destaca-se como muito importante no estudo sobre estratégias de conciliação trabalho-família de professores universitários numa capital do Nordeste brasileiro (Silveira & Bendassolib, 2018). A resiliência pode ser explicada num contexto académico andragógico conforme enfatizam Alvarez (2018), Fiorentino (2008), Fontaines e Urdanteta (2009) e Ortega, (2014), conexa com diversos fatores como capacidade de resolução de problemas, género feminino considerado uma variável protetora (Suárez, 1993), vínculos afetivos externos com pessoas significativas fora da família, aspetos saudáveis do grupo familiar (Yunes, 2003), temperamento, relações interpessoais e diferentes caraterísticas, designadamente, introspeção, independência, capacidade de se relacionar, iniciativa, humor, criatividade e moral.

Na diferenciação em função da idade não sobressaiu a dimensão competência pessoal conforme assinalou o estudo de Capelo e colaboradores (2015). Esta evidência merece um estudo mais aprofundado, mas sugere que os professores universitários participantes neste estudo, tanto do sexo masculino como feminino, detém a perceção de níveis de competência pessoal idênticos.

Relativamente à valorização de si próprio, aceitação da vida e resiliência total, o estudo demonstra que os docentes universitários mais velhos relatam níveis significativamente mais elevados do que os mais jovens. Por sua vez, a pesquisa de Taranu (2011) também assinalou diferenciação na aceitação da vida, com os participantes mais velhos a apresentarem níveis superiores de resiliência nesta dimensão, enquanto o estudo de Capelo e colaboradores (2015) revela que os participantes com idade igual ou superior a 51 anos, indiciam níveis significativamente mais elevados de competência pessoal do que os participantes que se encontram no escalão etário entre os 31 e os 40 anos.

A análise diferencial evidenciou que os resultados da antiguidade vão no mesmo sentido que os resultados da idade, sugerindo que os professores mais experientes se percecionam mais resilientes e mais capazes de dar novos significados aos problemas. Os professores universitários deste estudo menos experientes, com menor tempo de serviço docente (menor ou igual a dez anos), apresentaram níveis de valorização de si próprio, de competência pessoal e de aceitação da vida, inferiores aos professores com

maior antiguidade docente. De facto, os resultados espelham um olhar mais positivo dos professores universitários em final de carreira, vindo a sua expressão a corroborar a teoria que define a resiliência como um processo dinâmico, que obriga a sucessivos padrões de adaptação, recuperação e superação ao longo da vida (Brandão et al., 2011; Martins *et a*l, 2012). Na verdade, os docentes mais velhos experienciaram, treinaram, melhoraram as suas estratégias de enfrentamento e superaram situações traumáticas, merecendo um estudo mais aprofundado sobre este grupo profissional.

A expressão dos participantes sobre o horário laboral não indiciou diferenças estatisticamente significativas entre eles em qualquer dimensão da escala de resiliência. A resiliência denota-se como um estado psicológico, como uma caraterística da personalidade que depende de aspetos individuais e ambientais (Yang, 2017), podendo ser vista como um mecanismo de defesa (Davydov et al., 2010), que permite às pessoas prosperar perante as adversidades (Becoña, 2003). Este resultado permite deduzir que variáveis intrínsecas ou extrínsecas não consideradas neste estudo, como por exemplo o otimismo, a elevação, a motivação, a satisfação, a interação professor/aluno, as gratificações pelo trabalho realizado, a socialização, a partilha, a compaixão, entre outras, poderão concorrer para que os resultados não evidenciem diferenciação entre os professores universitários, em função da componente horário de trabalho.

As diferenças em função da formação académica mostram que os professores universitários Pós-doutorados relatam maior resiliência, maior valorização de si próprio e maior competência pessoal do que os doutorados e do que os não doutores. Quanto à aceitação da vida, são os docentes doutorados que relatam níveis mais baixos de resiliência quando comparados com os não doutorados e os pós-doutorados. O pressuposto é que ao elevar o nível de formação do professor universitário, isso afetará a sua resiliência, bem como a forma como lida com as demandas diárias da sua profissão. Conforme assevera Ortega (2014), a resiliência é uma capacidade e não um atributo de personalidade, passível de ser promovida e fomentada. Logo, o fortalecimento do comportamento resiliente e estimulação das habilidades sociais devem ser tidos em conta na formação de futuros professores que irão passar a vivenciar níveis de stresse elevado na sua profissão (Pasqualotto & Löhr, 2015) num quadro laboral complexo, cada vez mais dominado pelo macro da globalização (Baptista et al., 2019; Carlotto & Câmara, 2017; García et al., 2016; Olivares-Faúndez & Villalta Paucar, 2015; Souto et al., 2018; Yang, 2017).

Neste estudo não emergiram diferenças estatisticamente significativas entre a prática religiosa e as variáveis sócio demográficas e profissionais, indiciando que, caso exista alguma diferença tendencial, a mesma não tem significado psicológico nesta população. Contudo, considera-se conveniente integrar esta variável em estudos futuros a fim de se confirmar se, na verdade, a prática de religião ou a conexão espiritual influenciam a adaptação psicossocial do indivíduo perante eventos da vida quotidiana (Capelo et al., 2015).

V. CONCLUSÃO

Conclui-se que as manifestações diferenciais dos atributos valorização de si próprio, competência pessoal e aceitação da vida parece terem sido comprovadas através dos resultados da resiliência dos professores universitários brasileiros, evidenciadas nesta pesquisa, em relação ao sexo, à idade, à antiguidade e à formação académica. Contudo, apesar da escassez de literatura no contraste ou corroboração dos resultados, crê-se que esta pesquisa concede subsídios para o conhecimento de um grupo profissional insuficientemente estudado, crucial para a formação de novas gerações e para o desenvolvimento sociomoral e económico de qualquer país. Por tudo isso, considera-se de suma importância a realização de novas investigações que ajudem a compreender o fenómeno e facilitem o delineamento de estratégias de treino cognitivo e comportamental dirigido à prevenção dos riscos psicossociais e à promoção da resiliência nos professores universitários e na população em geral.

AGRADECIMENTOS

Um agradecimento especial à ilustre Professora Doutora Maria Helena de Agrela Gonçalves Jardim, uma incentivadora deste estudo e que, lamentavelmente, partiu desta vida.

REFERÊNCIAS

[1] Alvarez, M. A. (2018). Nuevas perspectivas de resiliência em el entorno de la docência universitária. *Revista Internacional de Investigación y Formación Educativa*, 1-20. https://www.ensj.edu.mx/wp-content/uploads/2019/01/4.-Nuevas-perspectivas-de-resiliencia.pdf

[2] Baptista, M. N., Soares, T. F. P., Raad, A. J., & Santos, L. M. (2019). Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. *Revista Psicologia: Organização e Trabalho*, 19(1), 564-570. http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2019.1.15417

[3] Becoña, E. (2006). Resiliência: definición, características y utilidade del concepto. *Revista de Psicopatología Clínica*, 11(3), 125-146. ISSN 1136-5420/06

[4] Brandão, J. M., Mahfoud, M., & Gianordoli-Nascimento, I. F. (2011). A construção do conceito de resiliência em psicologia: discutindo as origens. *Paidéia,* 21(49), 263-271. https://www.scielo.br/j/paideia/a/X8smHqGPJnV9jWTCYTmTmrx/?format=pdf&lang=pt

[5] Carlotto, M. S. (2014). Prevenção da Síndrome de Burnout em professores: um relato de experiência. *Mudanças – Psicologia da Saúde,* 1(22), 31-39. https://www.metodista.br/revistas/revistas-metodista/index.php/MUD/article/view/4782/4383

[6] Carlotto, M. S., & Câmara, S. G. (2017). Riscos psicossociais associados à síndrome de burnout em professores universitários. *Avances em Psicologia Latinoamericana,* 35(3), 447-457. http://dx.doi.org/10.12804/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4036

[7] Carnut, L., & Faquim, J. (2014). Conceitos de família e a tipologia familiar: aspectos teóricos para o trabalho da equipa de saúde bucal na estratégia de saúde de família. *J Manag Prim Health Care,* 6(1), 82-70. https://jmphc.com.br/jmphc/article/view/198

[8] Capelo, M. R. T. F., Pocinho, M., & Rodrigues, S. (2015). O sentido da vida quotidiana: religião, resiliência e espiritualidade. In José Eduardo Franco e João Paulo Oliveira e Costa (Dir.). *Diocese do Funchal. A Primeira diocese Global. História, Cultura e Espiritualidades,* II, Funchal: Diocese do Funchal, pp. 883-896.

[9] Davydov, D. M., Stewart, R., Ritchie, K., & Chaudieu, I. (2010). Resilience and mental health. *Clinical Psychology Review,* 30, 479-495. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.003

[10] Favero, A. A., & Marques. M. (2017). Docência universitária numa perspectiva de formação interdisciplinar. *Revista de Ciências Humanas – Educação,* 18(30), 37-53. ISSN 1981-9250.

[11] Fiorentino, M. T. (2008). La construcción de la resiliência em el mejoramiento de la calidad de vida y la salud. *Suma Psicológica,* 15(1), 95-114. ISSN: 0121-4381.

[12] Fontaines, T., & Urdanteta, G. (2009). Aptitud resiliente de los docentes em ambientes universitários. *Revista de Artes y Humanidades ÚNICA,* 10(1), 163-180. ISSN: 1317-102X.

[13] García, M. M., Iglesias, S., Saletab, M., & Romaya, J. (2016). Riesgos psicosociales em el professorado de enseñanza universitária: diagnóstico y prevención. *Journal of Work and Organizational Psychology,* 32, 173-182. ISSN 2174-0534.

[14] Gomes, A., Silva, M. J., Mourisco, S., Silva, S., Mota. A., & Montenegro, N. (2006). Problemas e desafios no exercício da atividade docente: Um estudo sobre o stresse, "burnout", saúde física e satisfação profissional em professores do ensino secundário. *Revista Portuguesa de Educação,* 19(1), 67-93. ISSN: 0871-9187.

[15] Grotberg, E. H. (2006). *La resiliência em el mundo de hoy: como superar las adversidades.* Barcelona: Gedisa.

[16] Hill, M. M.; Hill, A. (2008). *Investigação por Questionário.* Lisboa: Edições Sílabo.

[17] Lima Filha, C. N. M. B., & Morais, A. N. (2018). Prevalência e fatores de risco do burnout nos docentes universitários. *Revista contemporânea de educação,* 13(27), 453-471. https://doi.org/10.20500/rce.v13i26.12277

[18] Martins, C. (2011). *Manual de análise de dados quantitativos com recurso ao IBM SPSS.* Braga: Psiquilibrios Edições.

[19] Martins, M. C. F., Onça, S. S., Emílio, E. R., & Siqueira, M. M. M. (2012). Resiliência: uma breve revisão teórica do conceito. In Rezende, M. M. e Heleno, M. G. V. *Psicologia e Promoção da Saúde em Cenários Contemporâneos.* São Paulo: Vetor Editora, pp. 97-156.

[20] Olivares-Faúndez, V., & Villalta Paucar, M. A. (2015). Burnout y resiliência em professores universitários. In Lorena Godoy e Elisa Ansoleaga (Ed.), *Um campo en tensión o tensión entre campos.* Santiago de Chile: Ril Editores, 307-318.

[21] Ortega, J. (2014). Estrés y evaluación psicológica: um acercamiento teórico relacionado al concepto de resiliência. *Anuario de Investigaciones,* XXI, 297-302. https://www.redalyc.org/pdf/3691/369139994030.pdf

[22] Otero-López, J. M., Villardfrancos, E., Castro, C., & Santiago, M. J. (2014). Stress, positive personal variables and burnout: A path analytic approach. *European Journal of Education and Psychology,* 7(2) 95-106. https://doi.org/10.30552/ejep.v7i2.105

[23] Pasqualotto, R. A., & Löhr, S. S. (2015). Habilidades sociais e resiliência em futuros professores. *Psicologia Argumento,* 33(80),310-320. http://dx.doi.org/10.7213/psicol.argum.33.080.AO07.

[24] Peduzzi, P., Concato, J., Kemper, E., Holford, T. R., & Feinstein, A. R. (1996). A simulation study of the number of events per variable in logistic regression analysis. *Journal Clinical Epidemiology,* 49(12), 1373-1370. https://doi.org/10.1016/s0895-4356(96)00236-3.

[25] Pestana, M. H., & Gageiro, J. N. (2005). *Análise de dados para ciências Sociais.* Lisboa: Edições Sílabo.

[26] Pinheiro, D. P. N. (2004). A resiliência em discussão. *Psicologia em Estudo,* 9(1) 67-75. https://doi.org/10.1590/S1413-73722004000100009

[27] Ribeiro, A. C. A., Mattos, B. M., Antonelli, C. S., Canêo, L. C., & Goulart Júnior, E. (2011). Resiliência no Trabalho Contemporâneo: Promoção e/ou Desgaste da Saúde Mental. *Psicologia em Estudo,* 16(4), 623-633. https://www.scielo.br/j/pe/a/prVsx9C8B4Z564mKMCgnzng/?format=pdf&lang=pt

[28] Silveira, S. S., & Bendassollib, P. F. (2018). Estratégias de conciliação trabalho-família de professores universitários em uma capital do Nordeste brasileiro. Revista Organização e Trabalho, 18(3), 422-429. http://dx.doi.org/10.17652/rpot/2018.3.14299

[29] Souto, I, Pereira, A., Brito, E., Sancho, L., & Jardim, J. (2018). Psychosocial Risk Factors and Distress in Higher Education Teachers. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences. Future Academy,* 127-140. ISSN: 2357-1330.

[30] Suárez, O. E. (1993). *Resiliencia o capacidad de sobreponerse a la adversidade. Medicina y Sociedad*. Buenos Aires: Paidós.

[31] Taranu, O. (2011). *Estudo da Relação entre Resiliência e Espiritualidade numa amostra portuguesa.* Dissertação de Mestrado. Lisboa: Universidade de Lisboa. https://repositorio.ul.pt/handle/10451/4338

[32] Vaz Serra, A. (2011). *O Stress na vida de todos os dias.* Lisboa: Adriano Vaz Serra.

[33] Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-177. PMID: 7850498.

[34] Yang, J. C-C. (2017). A Study of Factors Affecting University Professors' Research Output: Perspectives of Taiwanese Professors. *Journal of College Teaching & Learning*, 14(1), 11-20. https://doi.org/10.19030/tlc.v14i1.9968

[35] You-De, D., Wen.Long, Z, & Tzung-Chen, H. (2019). Engage or quit? The moderating role of abusive supervision between resilience, intention to leave and work engagement. *Tourism Management,* 70, 69-77. https://doi.org/10.1016/j.tourman.2018.07.014

[36] Yunes, M. A. M. (2003). Psicologia positiva e resiliência: o foco no indivíduo e na família. *Psicologia em Estudo*, 8(esp), 75-84. https://doi.org/10.1590/S1413-73722003000300010